

日下武史

(俳優)

一番大切にしていることは、言葉の持つイメージを正確に伝えることです。

舞台を中心に活躍の俳優日下武史さんは、日本の演劇界をリードする劇団四季旗揚げメンバーのお一人です。今年、俳優人生55周年を劇団と共に迎えられます。言葉のひとつひとつに、演じることへの熱い想いを感じるお話しを伺いました。

Healthy Life

ヘルシーライフ No. 91

2008 April

無理やり頼まれて出演することになったのが演劇への転機です。

……演劇をはじめられたのはいつ頃ですか。

日下 私は終戦後の慶応義塾高等学校の一期生です。高校で私は写真部で部長をしていました。演劇なんて全然興味がありませんでしたよ。当時、親しくしていた友人に林光後の作曲家※と峰岸壮二後のフルート奏者※がいて、その二人が演劇部でした。その演劇部が、あるコンクールに出場するのに役者が足りないというので、無理やり頼まれて出演することになったのが演劇との出会いです。演目は『アランと魔法のランプ』でした。歌あり踊りありといった演出で、

今でいうミュージカルです。とにかく前日一睡もできず、当日はガタガタ震えていたのを覚えていますよ。こんなこと二度とやらないかと思つたのに、それから何故か写真部をたたくで演劇部に入ってしまったんです。

高校3年になった時、林と峰岸はそれぞれ音楽の道を目指して演劇部を辞めてしまい、私だけが演劇部にしがみついています。ある時「野球部と演劇部、どちらに入るか迷っている奴がいる」という情報を部員がもってきたんです。「絶対演劇部に引張ってこい！」というので連れてこられたのが、私より一級下の浅利慶太(後の演出家※)でした。今では演劇の世界で手腕を発揮している浅利ですが、私が演劇の世界に引張り込んだ

……劇団四季を旗揚げされたのが大学時代ですね。

日下 そうです。二人とも慶応義塾大学の仏文科に進学し、私が3年、浅利が2年に進級する時でした。我々は当時もはやされた思想の旗振りのような芝居に悲憤慷慨していました。「このままだと日本の演劇界はだめになってしまふ、自分たちが何とかしなくてはいけない」と、今思えばまだくちばしの黄色い学生が真剣にそんなことを考えていたわけです。やはり当時の演劇界を憂いておられた、慶應義塾高校の英語講師で劇作家の

加藤道夫先生※や新劇の俳優、芥川比呂志さんなどのもっと演劇を勉強し、多大な影響を受けましたね。そして加藤道夫先生の紹介で、我々と同じ志で演劇をやっている東京大学の学生主宰のアマチュア劇団と知り合いました。彼らと一緒にフランスの作家、ジャン・アヌイの戯曲『アンチゴース』の舞台をやったりしたんですが、こういった仲間との出会いや経験も劇団四季旗揚げの土壌になったと思います。そこで知り合った東京大学や慶應大学の学生など10人で1953年に劇団四季を旗揚げしたわけです。あの頃、皆大学を辞めてまで演劇に賭けようとしていました。先行き何の保証もありませんでしたが、エネルギーに満ち溢れていましたね。

One Point Refresh

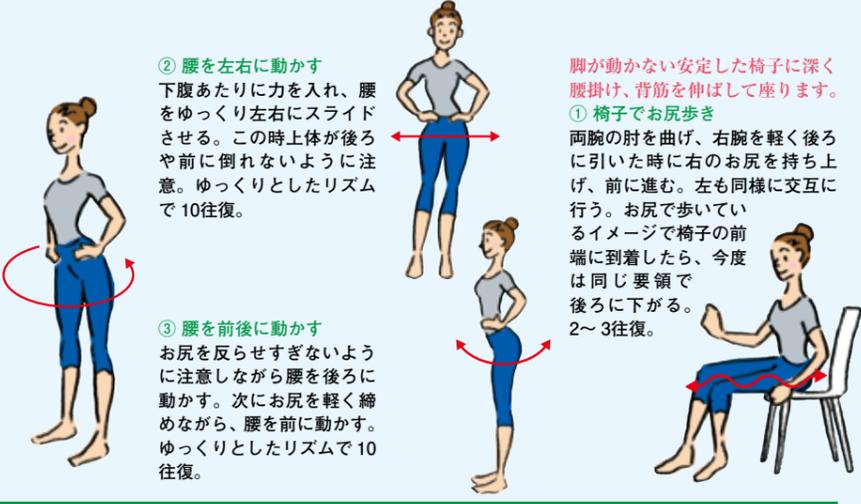
ワンポイントリフレッシュ [骨盤の歪みを治す]

日頃の偏った身体的習慣を見直そう

骨盤は、上半身と両足をつなぐ結合部に位置し、人間の骨格の「かなめ」としての役割をしている骨盤が歪むと腰痛や肩こり、めまい等の原因となったり内臓の働きにまで影響し、さまざまな体調不良を引き起こす要因のひとつとなります。オフィスなどでの長時間座ったままの姿勢や、足を組んで座る、バックを同じ肩に掛けたり、同じ手に持つ、猫背、横座り、といった日常の偏った習慣によって、骨盤のまわりの筋肉が凝り固まり、歪みが生じてしまいます。骨盤矯正ストレッチで歪みを修正し、日頃の偏った身体的習慣の見直しを心がけましょう。

深層筋の凝りをほぐし、鍛えましょう。

筋肉には皮膚に近いところにある表層筋(アウターマッスル)と骨格に近いところにある深層筋(インナーマッスル)があります。表層筋は身体動作の時に働き、深層筋は安定した姿勢保持、身体バランスを保つ働きをします。骨盤の正常な位置を保つのに深層筋が重要な役割を果たします。骨盤付近の深層筋の凝りをほぐし、鍛えるストレッチをご紹介します。



② 腰を左右に動かす
下腹あたりに力を入れ、腰をゆっくり左右にスライドさせる。この時上体が後ろや前に倒れないように注意。ゆっくりとしたリズムで10往復。

③ 腰を前後に動かす
お尻を反らせすぎないように注意しながら腰を後ろに動かす。次にお尻を軽く締めながら、腰を前に動かす。ゆっくりとしたリズムで10往復。

脚が動かない安定した椅子に深く腰掛け、背筋を伸ばして座ります。
① 椅子でお尻歩き
両腕の肘を曲げ、右腕を軽く後ろに引いた時に右のお尻を持ち上げ、前に進む。左も同様に交互に行う。お尻で歩いているイメージで椅子の前端に到着したら、今度は同じ要領で後ろに下がる。2〜3往復。

仕事や家事の合間に一日数回行いましょう。毎日の習慣として続けると効果的です。

ヘルチェック健診Webカルテ

「健診 Webカルテ」は、インターネットでご自身の健診結果を見ることができるサービスです。

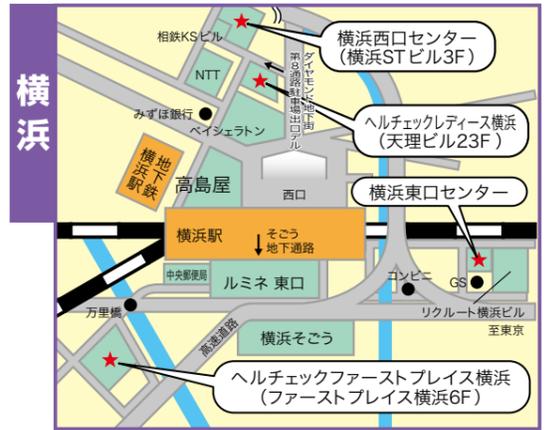
http://www.health-check.jp にアクセス

- ①ヘルチェックホームページにアクセスしてください。
善仁会ホームページからでもご覧いただけます。
- ②個人用IDとパスワードでログイン
ご受診日に、パスワードをお渡しします。個人用IDは、後日健診結果報告書に同封してお送りします。
- ③過去から現在までの健診データ表示
検査結果の今までの推移、各検査項目の説明、基準値、診療所見などがご覧いただけます。
※本サービスの提供に際しましてはSSLによる暗号化とベリサイン社によるサーバー認証により、情報セキュリティ対策をしています。



データ表示例

【総合健診センター ヘルチェック】



- 総合健診センターヘルチェック 横浜東口センター 〒221-0056 横浜市神奈川区金港町6-20
- 総合健診センターヘルチェック 横浜西口センター 〒220-0004 横浜市西区北幸1-11-15 横浜STビル3F
- 総合健診センターヘルチェック ヘルチェックファーストブレイス横浜 〒220-0011 横浜市西区高島2-7-1 ファーストブレイス横浜6F
- 総合健診センター ヘルチェックレディース横浜 〒220-0004 横浜市西区北幸1-4-1 天理ビル23F



- 総合健診センターヘルチェック 新宿西口センター 〒160-0023 東京都新宿区西新宿3-2-4 新和ビルディング7F



総合健診センターヘルチェック
http://www.health-check.jp/
●設立 1984年
●年間受診者数 147,794人(2006年)

お問い合わせ・ご予約(月~土曜日8:30~17:00)
■横浜予約(045)453-1150
■新宿予約(03)3345-7766
■FAX予約(045)441-8451(横浜・新宿共通)
【開診日】月曜~土曜日(祝日を除く)

Healthy Life

No. 91 2008 April
●発行日/2008年 4月1日 ●発行所/総合健診センター ヘルチェック



HEALTHY SALON



役者としての生活パターンは55年間 あつちと同じ。

……今年で俳優人生55年目を迎えられますね。

目下 長かったような短かったような…。自分の人生を振り返ってみるとまるで他人事のように、よくもまあこんなに長いこと役者をやってきたなと思いますし、反面あつちという間違ったような感じもします。役者としての生活パターンは55年間ずっと同じですからね。毎日稽古して、舞台が開いたら1ヶ月くらいは同じ芝居をし、終わったら次の芝居の稽古にかかるということを繰り返してきました。芝居と芝居の間が1週間、1ヶ月空いたりすることはありましたけれど、ずっと次の芝居の事を考え続けているわけです。ですから気がついたらここまで辿り着いていたという感じですね。

最初の頃は役者として食べていくのが本当に大変でしたよ。私の名前を皆さんに知っていただくようになったのは、1961年テレビ朝日系で放映された海外ドラマ『アンタッチャブル』ネス役ロバート・スタックの吹き替えでしょう。それが評判となり、吹き替えやナレーションのお仕事も沢山いただくようになって、役者として食べていけるようになりました。舞台以外でのお仕事では役作りの材料を随分いただきました、大変勉強になりました。

……普段の生活はどのようにお過ごしでしょうか。

目下 普段の生活にしても役づくりに絡んでいることが多いですね。ちよつと大げさかもしれないけれど、私にとって普段の生活は舞台で演ずるためのプレパレーション(準備)で、舞台の上に立っている自分が真実だと感じます。これがせりふ劇の面白さではないでしょうか。

劇団四季は“ミュージカル”で脚光を浴び、その実績で劇団が大きく育ってきたわけですが、元々はフランス現代劇から出発してせりふ劇が主体でした。ですからひと頃、私としては「軒を貸して母屋をとられちゃった」という思いがありましたよ。でも自由劇場ができて驚いたことは、ミュージカルを観たお客様がせりふ劇の両方に来てくれていたんです。ミュージカルとせりふ劇の両方を楽しんでいただける環境ができたということですね。しかも皆さん自分なりの感想をお持ちになっているわけです。例えばせりふ劇の「ハムレット」に対して「劇中の言葉が難しい」といった反応があります。でも難しいからといって途中で投げ出さずに、最後まで観て、感じて様々な批評を投げかけてくれます。また役者も演じるほどに進化しているんですね。その進化を期待してお客様の中には同じ演目を繰り返しご覧になる方も多く、回を重ねるごとに言葉の理解を深めていくといったことがあります。これがせりふ劇の面白さではないでしょうか。

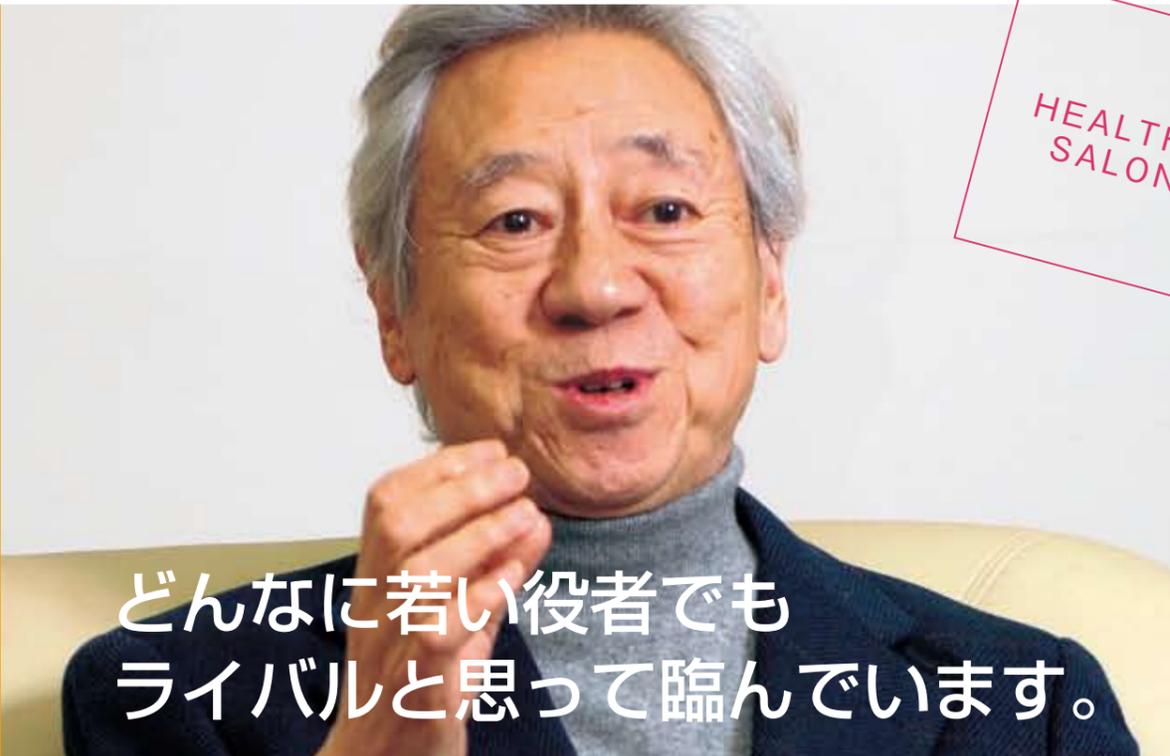
何よりも健康が大事です。

……若い俳優さんの育成、指導も大切にされますね。

目下 そうですね。昔は役者同士、芝居を作り上げるのにひとつのせりふを巡って、いろいろやりあってお互いに成長していったものです。時代の変化もあるのででしょうが、今はなかなかそういったことがなくなりました。役者というのは同じ舞台に立つと、芝居を創る仲間であると同時に皆ライバルなわけです。私はどんなに若い役者でもライバルと思って臨んでいますよ。役者は常に創る緊張感を持たないとだめです。結局舞台というのは観終わったお客様に感動していただく、何かを感じてもらわなくては意味がありません。そんな舞台を創りあげることが簡単じゃないです。先ほども言いましたが、私は言葉を正確に伝えることが役者にとって何より大事なことでと思っています。台本に書かれてあるせりふをどれだけ深く読みかきか。浅くしか読めなかつたらそれだけの表現しかできません。そのことの重要性を若い人には伝えたいですね。

……今後、俳優として一番大事にされたいことは何でしょうか。

目下 何よりも健康が大事です。自由劇場ができてから今まで以上に忙しくなりました、体調管理が大変なんです。



どんなに若い役者でもライバルと違って臨んでいます。



目下 武史さん(俳優)

1931年 2月 24日誕生。東京都豊島区出身。慶應義塾大学文学部仏文科中退。慶應義塾高等学校在学中に浅利慶太氏と共に、劇作家加藤道夫氏に師事し、演劇の道へ進む。1953年 慶應大学、東京大学を中心とした学生10人で劇団四季を結成。1954年 1月ジャン・アヌイ作『アルデルまたは聖女』で旗揚げ公演。これ以来常に劇団四季のリーディング・アクターとして活躍してきた。その出演作品は、ジャン・アヌイ、ジャン・ジロドゥ作品、海外現代劇、古典劇とあらゆるジャンルに及ぶ。近年は『美女と野獣』といったミュージカルにも出演。『ヴェニスの商人』『エクウス』といった再演作品、『ユリディウス』『オンディーヌ』といった四季の原点でもある作品に主演し、ますます円熟味を増した演技で観客を魅了している。1961年 テレビ朝日系で放映された、海外ドラマ『アンタッチャブル』のネス役、ロバート・スタックの吹き替えで好評を得た。以後、洋画の吹き替え、ナレーションでも活躍。演劇への功績が認められ、1991年芸術選奨文部大臣賞、1996年紫綬褒章、2002年勲四等旭日小綬章を受章。■ 劇団四季公式サイト

<http://www.shiki.gr.jp/>

本文注釈
※林光(作曲家)
東京芸術大学作曲科中退。慶應義塾高校 2年生の時、俳優座『フィガロの結婚』の音楽を作曲し話題となる。歌劇、映画音楽、管弦楽曲、合唱曲など幅広い音楽の分野で多くの作品を手がける。現在オペラシアターこんにゃく座の座付き音楽監督、作曲家を務めている。
※峰岸壮一(フルート奏者)
慶應義塾大学法学部政治学科卒業。1956年日本フィルハーモニー交響楽団の設立に参加。首席フルート奏者。新日本フィルハーモニー交響楽団の設立に尽力。1998年現役を引退し、新日本フィルハーモニー交響楽団名誉首席フルート奏者となる。現在日本フルート協会会長、桐朋学園大学音楽学部名誉教授。多くのコンクールの審査員を務める。
※浅利慶太(演出家)
慶應義塾大学文学部仏文科中退。劇団四季代表を務める。
※加藤道夫(劇作家/1918~1953)
慶應義塾大学文学部英文科卒。1944年戯曲『たよなげ』を完成し、1955年に初演され絶賛される。文学座にて劇作と演出に新風を吹き込んだ。1953年劇団四季旗揚げ直前に亡くなる。
※芥川比呂志(俳優・演出家/1920~1981)
慶應義塾大学文学部仏文科卒。作家・芥川龍之介の長男。1949年以降文学座の中心俳優として活躍。1963年に文学座を脱退し『劇団雲』『演劇劇団円』などで俳優、演出家として活躍。1974年『スカパンの悪だくみ』の演出で芸術選奨文部大臣賞、『海神別荘』の演出で芸術祭優秀賞を受賞。



『ひかりごけ』より 撮影:上原タカシ 劇団四季



『赤毛のアン』より 撮影:山之上雅信 劇団四季



『鹿鳴館』より 撮影:上原タカシ 劇団四季

楽をしたい年齢になってますます忙しくなるのは皮肉ですね。数年前に不整脈の発作で倒れたことがありまして、だいぶ抵抗したんだけど医者に説得されて、今はペースメーカーを入れてあります。そんな経験をしてから毎朝起きるとまず、今日の身体の調子はどうかということに気がしますね。自分の健康状態に敏感になりました。何事も若い時のようにいかになくなるのはしょうがないですね。以前は30分発声練習をすると調子がのつてきたのが、今は1時間くらいかかります。足腰を鍛えたり、長せりふを覚えるのも簡単じゃないですよ。何か若い時より作業量が増えちゃった感じですよ。それでもできるだけ長く舞台に立ちたいので、努力は惜しみません。多くのお客様が舞台に足を運んでくださるのを糧に、まだまだ演じ続けたいと思っています。

……舞台で演じることの魅力はどこにあると感じていらっしゃいますか。
目下 舞台というのは同じ演目でも、その時々役者の微妙な表現や観客によって空気が違ってきます。そんな中で私が一番大切にしていることは言葉の持つイメージを正確に伝えることです。私は舞台の上で、相手の役者とせりふを交わしながら同時に観客の“気”を感じてるようにしています。芝居がうまくいっている時は、役者の吐く息、吸う息が観客の呼吸と合っているんですね。このように観客との一体感を感じることが、舞台で演じることの醍醐味です。そこに現れる真実をいつも求めて舞台上がっているわけですが、これが完璧に体感できるのは10年に一回あるかないくらいなんです。簡単に得られない感覚だからこそ強く惹かれるでしょうね。それを体感した時の喜びは格別なものです。

せりふ劇専用劇場にお客様が来てくれるのが、夢、だった。

……2003年にせりふ劇専用劇場“自由劇場”ができましたね。

目下 劇団四季結成以来、自由劇場のようなせりふ劇専用劇場にお客様が来てくれることが“夢”でした。その夢が実現してしまつて、嬉しい反面“これが本当に夢の実現なんだらうか”と戸惑うこともあり。でも2006年に自由劇場で上演した三島由紀夫作の『鹿鳴館』は劇団四季としても予想以上のロングランを記録し、自由劇場の成功を実感しましたね。せりふ劇でこれほど大勢のお客様に来ていただけたらなんて本当に驚きました。

たりします。私はプライベートでは病的なくらい引つ込み思想家で、何をやるにもスムーズにいかないことが多いんですよ。特に人前で話すことが、大の苦手です。舞台上ではそういった自分を消さないと居られませんので、そのために役の真実感を身につけるまでとことん稽古をするわけです。その真実感をどこから取り入れるかというと、普段の生活の中から拾うしかありません。ですから普段の生活の中でも常に、何か役づくりに役だつものがあるだろうか、といった目で見える習慣ができています。まあ役者漬けの人生を歩んできたということです。このスタイルはこれからも変わらないでしょうね。